

令和5年5月 詳細献立表

TEL 0980-53-0670

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その時は、学校からの献立変更のお知らせをが確認ください。

日 曜 日	献立名	3つのグ(赤)ブ(緑) (黄) の働きと使用食材名			調味料・だしなど
		(赤) おもに肉・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	(緑) おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	(黄) おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	
1 月	麦ごはん 牛すき焼き 大根の甘酢和え チリメンひじき ミニたい焼き	牛肉 豆腐 かまぼこ しらす ひじき	椎茸 はくさい たまねぎ 長ねぎ だいこん きゅうり こんにやく	米 麦 春雨 三温糖 でん粉 こめ油 グラニュー糖 ごま油 三温糖 ごま	酒 めんつゆ(小麦 大豆) 醤油 みりん シママース 粉かつお 醤油 酢 醤油 みりん
2 火	いりこ青菜ごはん キャベツと豆腐のかき玉汁 ポテトとブロッコリーのおかか和え 大豆の磯辺揚げ くだもの	鶏卵 豆腐 オーシャンキング ちくわ 糸けずり 大豆 青のり粉	キャベツ ブロッコリー もやし にんじん オレンジ(予定)	米 でん粉 じゃがいも 三温糖 ごま油 でん粉 三温糖 大豆油	いりこ青菜(ごま) 醤油 シママース かつおだし 粉かつお 醤油 醤油
8 月	麦ごはん チキンカレー キャベツコーンサラダ スライスパン	鶏肉 白いんげん豆 ツナ(大豆)	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく 生姜 キャベツ きゅうり にんじん コーン パン缶	米 麦 こめ油 じゃが芋 ノンエッグマヨ 三温糖	カレー粉 カレーフレーク ウスターソース ケチャップ シママース とんかつソース(大豆 りんご) チャツネ(りんご) 鶏だし骨 醤油
9 火	麦ごはん もずく丼 タマナーソーナー アーモンドおこし	もずく 豚肉 大豆 ちくわ 豆腐	にんじん たまねぎ 赤ピーマン ピーマン コーン きくらげ キャベツ もやし にんじん	米 麦 こめ油 三温糖 でん粉 三温糖 ごま ごま油 アーモンド ごま こめ油 マシュマロ(ゼラチン) コーンフレーク	醤油 本みりん 粉かつお 醤油 醤油
10 水	クワジューシー グルクンのシークワソース ハワイヤのツナおかか和え 黒糖蒸しケーキ	豚肉 チキアギ(大豆) 油揚げ グルクン ツナ(大豆) 糸けずり	にんじん 椎茸 ねぎ たまねぎ 赤ピーマン シークアサー果汁 ハワイヤ にんじん もやし こんにやく 黒糖蒸しケーキ(小麦 乳)	米 こめ油 小麦粉 でん粉 大豆油 グラニュー糖 三温糖 ごま油	醤油 本みりん かつおだし シママース 豚だし骨 酢 醤油 醤油
11 木	麦ごはん 県産まぐろのチリピーズ マカロニポテトサラダ くだもの カルボナーラ風うどん	まぐろ 牛肉 大豆 ツナ(大豆) ハム(豚 鶏 大豆) かまぼこ チーズ(乳) 脱脂粉乳(乳)	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン きゅうり たまねぎ コーン オレンジ(予定) キャベツ たまねぎ 葉ねぎ にんにく	米 麦 こめ油 でん粉 マカロニ(小麦) じゃがいも ノンエッグマヨ 三温糖 うどん(小麦) こめ油	酒 ハヤシルウ フレーク(小麦 大豆 牛肉) デミグラスソース ケチャップ ウスターソース トマトピューレー チリミックス(小麦 乳 豚) カレー粉 シママース 豚だし骨 ホワイトルウ(小麦 乳 大豆 牛 鶏) 白だし(小麦 大豆 さば) シママース こしょう 豚だし骨
12 金	大根ツナサラダ 竹輪のパン粉焼き アセロラゼリー	ツナ(大豆) ちくわ(大豆) 加工牛乳	だいこん きゅうり にんじん コーン パセリ	三温糖 ノンエッグマヨ ノンエッグマヨ パン粉(小麦 大豆)	醤油 醤油
15 月	あわごはん クワリジシ タマナーチャンブルー スルルーのから揚げ くだもの	鶏卵 カステラかまぼこ(卵 大豆) 豚肉 豚肉 豆腐 きびなご	とうがん 椎茸 こんにやく キャベツ にんじん もやし にら きびなご	米 もちきび でん粉 こめ油 でん粉 でんぶん 小麦粉 大豆油	醤油 シママース かつおだし 粉かつお 醤油 シママース シママース こしょう
16 火	きな粉揚げパン 白いんげん豆のクリームシチュー ブロッコリーツナサラダ	きな粉(大豆) 鶏肉 白いんげん豆ペースト 脱脂粉乳(乳)	たまねぎ にんじん ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり コーン	大豆油 コッパン(小麦 乳 大豆) アーモンド粉 グラニュー糖 三温糖 じゃが芋 こめ油 小麦粉 生クリーム(乳)	ホワイトルウ(小麦 乳 大豆 牛 鶏) シママース こしょう 鶏だし骨 醤油
17 水	たけのこごはん 大根のごまじゃこ和え サバの塩焼き くだもの	鶏肉 チキアギ(大豆) 油揚げ ちくわ しらす サバ	にんじん たけのこ 椎茸 葉ねぎ だいこん きゅうり もやし にんじん こんにやく オレンジ(予定)	米 こめ油 ごま 三温糖 ごま油	すきやきのタレ(小麦 大豆) 醤油 シママース 鶏だし骨 醤油 酢
18 木	麦ごはん スタミナ豚丼 キャベツのおかか和え 豆乳ココア蒸しパン	豚肉 ちくわ 糸けずり 調整豆乳(大豆)	にんにく 生姜 たまねぎ にんじん にら キャベツ にんじん もやし こんにやく	米 麦 じゃがいも こめ油 でん粉 三温糖 ごま油 サーターアングァーミックス(小麦 乳 大豆) ココア グラニュー糖	酒 焼き肉のタレ(小麦 大豆 りんご ごま 豚) 醤油 シママース みりん 醤油 ベーキングパウダー
19 金	スパゲッティミートソース ブロッコリーアーモンドサラダ がんばろうスコーン	牛肉 豚肉 鶏レバー 大豆 ツナ(大豆) 加工牛乳	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ブロッコリー にんじん きゅうり コーン	スパゲティ(小麦) こめ油 アーモンド ノンエッグマヨ 三温糖 サーターアングァー粉(小麦 乳 大豆) こめ油 パン粉(小麦 大豆) チョコ(乳 大豆)	赤ワイン トマトピューレー ケチャップ ウスターソース デミグラスソース シママース 粒マスタード 醤油
22 月	わかめごはん 牛汁 ハワイヤの甘酢和え バナナカップケーキ	牛肉 昆布 ちくわ 鶏卵	生姜 にんにく だいこん にんじん こんにやく ハワイヤ にんじん きゅうり もやし バナナ	米 じゃがいも グラニュー糖 ごま油 サーターアングァー粉(小麦 乳 大豆) ココア はちみつ こめ油	炊き込みわかめ 酒 かつおだし シママース 醤油 粉かつお 醤油 酢 ベーキングパウダー
23 火	麦ごはん ポークハヤシライス ポテトと小松菜のサラダ 洋梨ハーブ	豚肉 豚レバー クリームチーズ(乳) ツナ(大豆)	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン こまつな たまねぎ コーン 洋梨缶	米 麦 こめ油 小麦粉 でん粉 じゃがいも ノンエッグマヨ 三温糖	赤ワイン ハヤシルウ(小麦 大豆 牛肉) トマトピューレー ケチャップ デミグラスソース ウスターソース シママース 豚だし骨 醤油
24 水	五目焼きめし パンサンサー 小魚とアーモンドのゴマがらめ くだもの	豚肉 かまぼこ 大豆 ハム(豚 鶏 大豆) カエリ	にんじん 長ねぎ 玉ねぎ 椎茸 にんにく きゅうり もやし オレンジ(予定)	米 こめ油 ごま油 春雨 ごま グラニュー糖 ごま油 アーモンド ごま 三温糖	醤油 みりん 中華だし(大豆 牛 豚 鶏 ゼラチン) シママース こしょう 豚だし骨 酢 醤油 醤油 みりん
25 木	あわごはん おぼろ豆腐汁 切干大根の五目炒め いわしの梅煮 くだもの	鶏卵 鶏肉 ゆし豆腐 ちくわ 油揚げ	長ねぎ たまねぎ 干切大根 椎茸 にんじん インゲン こんにやく いわし梅煮(小麦 大豆)	米 もちきび でん粉 こめ油 三温糖	醤油 かつおだし シママース 粉かつお 醤油 本みりん 粉かつお
26 金	肉野菜うどん 子持ちししやもフライ 大根ときゅうりのごま和え さつまポテト	豚肉 かまぼこ 子持ちししやもフライ ちくわ	にんにく 生姜 きくらげ キャベツ にんじん たまねぎ もやし 子持ちししやもフライ(小麦 大豆) 大豆油 だいこん にんじん きゅうり こんにやく さつまポテト	うどん(小麦) こめ油 ごま 三温糖 ごま油	めんつゆ(小麦 大豆) 醤油 シママース 豚だし骨 醤油
29 月	麦ごはん マーポーなす 大根の中華風サラダ くだもの	豆腐 豚肉 豚レバー 大豆 みそ オーシャンキング	なす たまねぎ にんじん きくらげ にら にんにく 生姜 だいこん きゅうり もやし バナナ(予定)	米 麦 こめ油 三温糖 でん粉 春雨 グラニュー糖 ごま油 ごま	テンメンジャン(大豆 小麦)オイスターソース 麻婆豆腐の素(小麦 大豆) 醤油 醤油 酢
30 火	バーガーパン かつおメンチカツ(ソースあり) マッシュルームスープ コールスローサラダ 型抜きチーズ	かつおメンチカツ(小麦 大豆) 大豆油 ケチャップ ウスターソース 砂糖 でん粉 ハム(豚 鶏 大豆) マッシュルーム たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン チーズ(乳)	バーガーパン(小麦 乳 大豆)	でん粉 ノンエッグマヨ グラニュー糖	醤油 チキンコンソメ(小麦 乳 鶏) シママース こしょう 鶏だし骨 酢 醤油
31 水	カレーピラフ スパゲッティコーンサラダ ほうれん草チーズオムレツ 青りんごゼリー	ウインナー(豚) 大豆 ツナ(大豆) 鶏卵 チーズ(乳)	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく きゅうり キャベツ コーン ほうれん草 たまねぎ 青りんごゼリー(りんご)	米 こめ油 スパゲティ(小麦) ノンエッグマヨ 三温糖 ノンエッグマヨ	カレー粉 醤油 シママース チキンコンソメ(小麦 乳 鶏 大豆) 豚だし骨 醤油 ケチャップ シママース

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。

乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・ちんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンドの表示をしています。

※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。 ※もやし・枝豆・あお豆の原料は、大豆です。 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類や、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、いか・えび・かにの稚魚が混入していることがあります。

《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》

- ①醤油、薄口醤油(小麦・大豆) ②酢・特濃酢・ワインビネガー(小麦) ③ウスターソース(大豆・りんご) ④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆) ⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)